STOP AIDS

## এই সমস্যা থেকে উত্তরণের উপায় কি?

এইচআইভি/এইডস শুধু একটি স্বাস্থ্য সমস্যা নয়, এটি একটি সামাজিক সমস্যা। তাই এই সমস্যাকে শুধু স্বাস্থ্য মন্ত্রণালয় বা স্বাস্থ্য অধিদপ্তরের সমস্যা হিসেবে না দেখে সামগ্রিকভাবে দেখতে হবে। ঝুঁকিপূর্ণ জনগোষ্ঠীর মধ্যে প্রতিরোধ কার্যক্রম অব্যাহত রাখতে হবে এবং আক্রান্ত ব্যক্তিদের জন্য সঠিক চিকিৎসা ও পুনর্বাসন নিশ্চিত করতে হবে। তাছাড়া গোপনীয়তা সুরক্ষার মাধ্যমে সকলের জন্য এইচআইভি পরীক্ষার পর্যাপ্ত সুযোগ নিশ্চিত করতে হবে। পুরুষ সমকামী, হিজড়া, যৌনকর্মী ও ইনজেকশনের মাধ্যমে মাদক গ্রহণকারী ব্যক্তিদের এইচআইভি সংক্রমণের ঝুঁকি সবচেয়ে বেশি। এদের সুরক্ষা নিশ্চিত না করলে এইচআইভি সংক্রমণ প্রতিরোধ কঠিন হয়ে পড়বে।

AIDS

এইচআইভি/এইডস বাংলাদেশ কি ঝুঁকিপূর্ণ

আমি কেন উদ্বিগ্ন হব?

আমি কেনএইচআইভি পরীক্ষা করাবো?

ঝুঁকিপূর্ণ জনগোষ্ঠী কারা?

শরীরে এইচআইভি জীবাণু প্রবেশের কত বছর পরে যানা যাবে?

এইচআইভি কোথায় পরীক্ষা করা যাবে?

এইচআইভি আক্রান্তদের চিকিৎসা আছে

এইচআইভি কি বাচতে হলে জানতে হবে?


যোগাযোগ
**স্বাস্থ্য সেক্টর**
**ঢাকা আহ্ছানিয়া মিশন**
বাড়ি ১৫২/ক, সড়ক ৬
পিসিকালচার হাউজিং সোসাইটি
শ্যামলী, ঢাকা ১২০৭, বাংলাদেশ
ফোন: +৮৮ ০২ ৫৮১৫১১১৪,
+৮৮০১৭১৪-০৮৮৯৬৮
ইমেইল: info@amic.org.bd,
amic.dam@gmail.com
ওয়েব: www.amic.org.bd


UNODC
United Nations Office on Drugs and Crime

# Prevention of Spread of HIV amongst most at risk prisoner in Bangladesh

# এইচআইভি ও এইডস নিয়ে যত প্রশ্ন


এইচআইভি/এইডস বাংলাদেশ কি ঝুঁকিপূর্ণ

আমি কেন উদ্বিগ্ন হব?

আমি কেনএইচআইভি পরীক্ষা করাবো?

ঝুঁকিপূর্ণ জনগোষ্ঠী কারা?

শরীরে এইচআইভি জীবাণু প্রবেশের কত বছর পরে যানা যাবে?

এইচআইভি কোথায় পরীক্ষা করা যাবে?

এইচআইভি আক্রান্তদের চিকিৎসা আছে

এইচআইভি কি বাচতে হলে জানতে হবে?


## এইচআইভি/এইডস বিস্তারে বাংলাদেশ কি ঝুঁকিপূর্ণ?

অবশ্যই ঝুঁকিপূর্ণ। বাংলাদেশ এশিয়া প্রশান্ত মহাসাগরীয় অঞ্চলের চারটি দেশের অন্যতম যেখানে ২০০১ থেকে ২০১২ সালের মধ্যে এইচআইভি সংক্রমণ ২৫ শতাংশেরও বেশি বৃদ্ধি পেয়েছে। জনমিতি অনুযায়ী, বাংলাদেশ মুসলমান অধ্যুষিত একটি রক্ষণশীল দেশ এবং বিশ্বের দরিদ্রতম ও ঘনবসতিপূর্ণ দেশগুলোর অন্যতম। এখানে ৩১.৫ শতাংশ মানুষ দারিদ্র্যসীমার নিচে বসবাস করে। জনসংখ্যার দিক থেকে বাংলাদেশ বিশ্বের নবম দেশ এবং এখানকার মোট জনসংখ্যা ১৬ কোটি ৩৭ লক্ষ। এসকল বাস্তবতার কারণে দেশে এইচআইভি আক্রান্তদের নির্ভুল সংখ্যা নিরূপণ ও কার্যকর সেবাপ্রদান নানামুখী প্রতিবন্ধকতার সমুমখীন হয়। আনুমানিক হিসাবে, দেশে ৩,১০০ থেকে ৫৩,০০০ মানুষের জন্য এইচআইভি উপশমকারী ঔষধ বা এন্টিরেট্রোভাইরাল থেরাপি (এআরটি)-ও প্রয়োজন রয়েছে।

কোন দেশের জনমিতিগত বাস্তবতা সেই দেশের মহামারীর বস্তাবনা এবং অর্থনৈতিক ব্যবস্থাকে প্রভাবিত করে। সরকারী তথ্য অনুযায়ী ২০০৮ থেকে ২০১২ সালের মধ্যে বাংলাদেশের মোট ২০ লক্ষ মানুষ বিদেশে গেছেন। সংখ্যাটি বিশেষভাবে গুরুত্বপূর্ণ কেননা ২০১১ সাল পর্যন্ত দেশে নতুনভাবে সনাক্তকৃত এইচআইভি সংক্রমণের ৩০ শতাংশই বিদেশ ফেরত মানুষের সাথে সম্পর্কিত। এদশে স্বাস্থ্যসেবা অপর্যাপ্ত এবং এর মানও আশারুরূপ নয়। দেশে স্বাস্থ্যখাতে বাৎসরিক ব্যয় জিডিপির মাত্র ৩.৭ শতাংশ (২০১১)। মাথাপিছু চিজিৎসকের সংখ্যাও খুব নগণ্য, প্রতি হাজার মানুষের জন্য মাত্র ০.৩৫৬ জন। শিকার হারও কম - ১৫ বছরের বেশি বৎসীদের মধ্যে ৫৭ শতাংশ মানুষ শিক্ষিত।

সার্বিকভাবে, বাংলাদেশে মহামারী আকারে এইচআইভি ছড়িয়ে পড়ার উচ্চ ঝুঁকি রয়েছে। উচ্চ ঝুঁকিপূর্ণ এবং মূল ভুক্তভোগী জনগোষ্ঠী থেকে এই সংক্রমণ মাহমারী আকারে সাধারণ মানুষের মধ্যে এইচআইভি ছড়িয়ে পড়তে পারে।

HIV AIDS AWARENESS

## এইচআইভি কি ? এইডস কি ?

এইচআইভি একটি ভাইরাসের নাম যা মানবদেহের স্বাভাবিক রোগ। প্রতিরোধ ক্ষমতা ধীরে ধীরে ধ্বংস করে।

এইডস হলো একটা অবস্থা যখন একজন মানুষের স্বাভাবিক রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা থাকে না এবং উক্ত ব্যক্তি যেকোন রোগে সহজেই আক্রান্ত হয়। কোন চিকিৎসায় যা নিরাময় হয় না। শরীরের এই অবস্থাকে এইডস বলে।

## ঝুঁকিপূর্ণ জনগোষ্ঠী কারা ?

যৌনকর্মী এবং তাদের নিয়মিত/অনিয়মিত খদ্দের, সুই-সিরিঞ্জের মাধ্যমে মাদক গ্রহণকারী, পেশাদার রক্ত বিক্রেতা, হিজড়া সম্প্রদায় এবং সমকামীরা এইচআইভির জন্য ঝুঁকিপূর্ণ জনগোষ্ঠী হিসেবে চিহ্নিত। ইদানিং প্রবাসীরাও এইচআইভির ঝুঁকিতে বাড়তি মাত্রা যোগ করেছে।

## আমি কেন উদ্বিগ্ন হব?

উচ্চ- ঝুঁকিপূর্ণ জনগোষ্ঠীসহ সকলেরই এইচআইভিতে আক্রান্ত হওয়ার ঝুঁকি রয়েছে। এইচআইভি বিস্তারের হার বেড়ে গেলে তা শুধু উচ্চ-ঝুঁকিপূর্ণ জনগোষ্ঠীর মধ্যেই সীমাবদ্ধ থাকবে না। সমাজের সাধারণ মানুষের মধ্যেও তা ছড়িয়ে পড়বে। কারণ উচ্চ-ঝুঁকিপূর্ণ জনগোষ্ঠী আমাদের সমাজেরই অংশ এবং সাধারণ মানুষের সাথে তাদের সামাজিক সম্পর্ক বিদ্যমান। তাই সকলের উচিত এইচআইভি প্রতিরোধের বিষয়গুলো জানা এবং এইচআইভি প্রতিরোধে ভূমিকা রাখা।

## এইচআইভি কোথায় পরীক্ষা করা যাবে ?

এইচআইভি পরীক্ষার জন্য বিশেষ ব্যক্তি ও প্রতিষ্ঠান কাজ করছে। এ বিষয়ে বিস্তারিত জানার জন্য সরকারি হাসপাতাল সমূহ, স্বাস্থ্যকর্মী ও এনজিওদের সহযোগিতা নিতে পারেন।

## আমি কেন এইচআইভি পরীক্ষা করাবো?

আমরা কেউই এইচআইভি ও এইডস এর ঝুঁকি থেকে মুক্ত নই। অনিরাপদ যৌন আচরণ, পরীক্ষা ছাড়া রক্ত দেয়া - নেয়া এবং আক্রান্ত মা থেকে বাচ্চার (গর্ভকালিন বা প্রসবের সময় অথবা বুকের দুধের মাধ্যমে) শরীরে এইচআইভির সংক্রমণ ঘটতে পারে। একমাত্র রক্ত পরীক্ষা করেই জানা যায়, শরীরে এইচআইভির জীবাণু আছে কিনা। এ কারণে এইচআইভি ও এইডস প্রতিরোধের জন্য রক্ত পরীক্ষা করা খুবই প্রয়োজন। রক্ত পরীক্ষার মাধ্যমে শরীরে এইচআইভি জীবাণু আছে কিনা তা জানা থাকলে অন্যের শরীরে যাতে এই জীবাণু না ছড়ায় সেজন্য আক্রান্ত ব্যক্তি সাবধান হতে পারবেন। তাছাড়া আক্রান্ত ব্যক্তি চিকিৎসকের পরামর্শ নিয়ে শরীরের যত্ন নিতে পারবেন এবং এইচআইভি নিয়ে কিভাবে দীর্ঘদিন কর্মক্ষম অবস্থায় বেঁচে থাকা যায় তার পরিকল্পনা করতে পারবেন।

## শরীরে এইচআইভি জীবাণু প্রবেশের কত বছর পরে জানা যাবে?

শরীরে এইচআইভি জীবাণু প্রবেশ করেছে কিনা রক্ত পরীক্ষা ছাড়া কোনভাবেই জানা সম্ভব নয়। শরীরে এইচআইভি জীবাণু প্রবেশ করার পর ৫-১০ বছর কোন লক্ষণ দেখা না দিয়েও সুপ্ত অবস্থায় থাকতে পারে। কোন লক্ষণ দেখা না গেলেও এ সময়ে আক্রান্ত ব্যক্তির সাথে অনিরাপদ যৌন সম্পর্ক অথবা আক্রান্ত ব্যক্তির রক্ত নেয়ার মাধ্যমে অন্য যে কেউ এইচআইভিতে আক্রান্ত হতে পারে। এইচআইভি সংক্রমণের পর হতে ধীরে ধীরে শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা কমতে থাকে এবং ৫-১০ বছরের মধ্যে রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বহুলাংশে কমে যায় ও বিভিন্ন রোগের লক্ষণ দেখা দেয়।

## এইচআইভি আক্রান্তদের কি চিকিৎসা আছে ?

যদিও এইচআইভি সম্পূর্ণরূপে ভালো হয় না, তথাপি কার্যকর চিকিৎসার মাধ্যমে একজন এইচআইভি/এইডস আক্রান্ত ব্যক্তি দীর্ঘদিন স্বাভাবিক জীবনযাপন করতে পারেন। এন্টিরেট্রোভাইরাল বা অজঠ (এইচআইভি চিকিৎসায় ব্যবহৃত ঔষুধ) এইডস আক্রান্তদের আয়ুষ্কাল বৃদ্ধি করেছে। এইচআইভির কার্যকর চিকিৎসার কারণে এইডস আক্রান্ত রোগীর সংখ্যাও অনেকগুন কমে গেছে। এআরভি ঔষধ অত্যন্ত ব্যয়বহুল এবং একবার শুরু করলে তা আজীবন চালিয়ে যেতে হয়। এ জন্যে সরকার এইচআইভি আক্রান্ত ব্যক্তিদের সুস্থ ও কর্মক্ষম রাখতে এবং তাদের চিকিৎসা সেবা নিশ্চিত করতে এই ঔষধ বিনা মূল্যে সরবরাহ করছে।

## এইচআইভি আক্রান্তদের কি সন্তান নেয়া উচিৎ?

সন্তান নেয়া যেকোন দম্পতির অধিকার। কিন্তু গর্ভকালিন, সন্তান প্রসবের সময়ে এবং বুকের দুধ খাওয়ানোর মাধ্যমে আক্রান্ত মায়ের দেহ থেকে সন্তানের শরীরে এইচআইভির জীবাণু চলে আসতে পারে। বর্তমান সময়ে এইচআইভি আক্রান্ত ব্যক্তিদের আধুনিক চিকিৎসার মাধ্যমে আক্রান্ত মা হতে সন্তানের দেহে এইচআইভি সংক্রমণের হার বহুলাংশে কমানো সম্ভব হয়েছে। তাই এইচআইভি আক্রান্তরা সন্তান নিতে চাইলে অতি অবশ্যই এ বিষয়ে অভিজ্ঞ ডাক্তারের পরামর্শ নিতে হবে এবং প্রয়োজনীয় ঔষধ খেতে হবে।

## এন্টিরেট্রোভাইরাল (ARV) ঔষধ কি?

অজঠ হলো এইচআইভি ভাইরাসের বিরুদ্ধে কার্যকরী একটা ঔষধ। এটা এইচআইভি/এইডসকে সম্পূর্ণভাবে সারিয়ে তোলে না বটে কিন্তু একজন এইচআইভি আক্রান্ত ব্যক্তির শরীরে ভাইরাসের পরিমাণকে অনেকগুন কমিয়ে আনে।

## এআরভি (ARV) কেন প্রয়োজন?

এআরভি শরীরের ভাইরাসের পরিমানকে একটি পর্যায় পর্যন্ত কমিয়ে রাখে। ফলে একজন এইচআইভি পজিটিভ ব্যক্তির রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতাকে বৃদ্ধি করে এবং বিভিন্ন সুযোগ সন্ধানী রোগের হাত হতে রক্ষা করে দীর্ঘ দিন বেঁচে থাকতে সাহায্য করে। এআরভি গ্রহণ না করা ব্যক্তির তুলনায় এআরভি গ্রহণকারী ব্যক্তির জীবন অনেক বেশী দীর্ঘায়িত হয়।

## ঝুঁকিপূর্ণ জনগোষ্ঠি বা এইচআইভি/এইডস এ আক্রান্তরা কি বৈষম্যের শিকার?

যৌনকর্মী, হিজড়া/ট্রান্সজেন্ডার, ইনজেকশনের মাধ্যমে মাদক গ্রহণকারী এবং এইচআইভি আক্রান্ত ব্যক্তিরা ঝুঁকিপূর্ণ আচরণ, চালচলন, রোগের অবস্থা ইত্যাদি কারণে সমাজে নিগৃহীত, ঘৃণা, অবজ্ঞা ও বৈষম্যের শিকার হচ্ছে। তারা প্রতিনিয়ত বিদ্রুপ ও হয়রানির সম্মুখীন হয়। ধর্মীয় ও সামাজিক আচার-অনুষ্ঠান ও উন্নয়নমূলক কর্মকান্ডেও তাদের অংশগ্রহণ করার সুযোগ কম। বাসস্থান, কর্মসংস্থান, স্বাস্থ্যসেবা, শিক্ষা, তথ্য ও আইনি সহায়তাসহ বিভিন্ন নাগরিক সুবিধা থেকেও এসব জনগোষ্ঠি বঞ্চিত। জীবনের প্রতিটি ক্ষেত্রে বৈষ্যমের কারণে তারা সমাজের মূল স্রোতধারা থেকে বিচ্ছিন্ন হয়ে প্রান্তিক সীমানায় এবং দারিদ্রের মধ্যে বসবাস করে বঞ্চিত হচ্ছে মানবাধিকার থেকে। স্বাভাবিক কর্মসংস্থান ও আয় রোজগারের সুযোগ না থাকায় জীবিকার প্রয়োজনে কেউ কেউ বিভিন্ন ধরনের ঝুঁকিপূর্ণ যৌন আচরণে লিপ্ত হয়। ফলে এসব জনগোষ্ঠী এইচআইভি সহ অন্যান্য যৌন রোগের জন্য যেমন ঝুঁকিপূর্ণ, তেমনি তাদের মাধ্যমে সাধারণ জনগোষ্ঠীর মধ্যেও এসব রোগের দ্রুত সংক্রমণ ঘটতে পারে।